

# **Teilnahmemotive von Marathon- und Ultramarathonläufern**

Oliver Stoll<sup>1</sup>, Sabine Würth<sup>1</sup> & Benjamin Ogles<sup>2</sup>

1. Sportwissenschaftliche Fakultät, Institut für Sportpsychologie & Sportpädagogik,  
Universität Leipzig, Jahnallee 59, 04109 Leipzig, Germany

2. Ohio University, Athens, Dept. of Psychology, Porter Hall 200, Athens, Ohio 45701-  
2979, U.S.A.

zur Publikation angenommen in der Zeitschrift „Sportwissenschaft“

## 1 Einleitung

Psychologische Aspekte in der Sportart Langstreckenlauf stehen im Zentrum einer ganzen Reihe von empirischen Studien, Übersichtsartikeln und Monographien, vor allem im anglo-amerikanischen Sprachraum (z.B. CRANDALL 1986; SACHS/BUFFONE 1984; SACHS/SACKS 1981). Im deutschsprachigen Raum befaßt sich ein Themenheft "Langlaufen" der Zeitschrift Sportwissenschaft im Jahre 1987 mit Beiträgen von KIMMERLE, SCHLESKE, GABLER & KEMPF und RÜMMELE insbesondere mit psychologischen Aspekten des Ausdauerlaufens. Weiterhin beschäftigen sich SCHRODE, HARBIG, HEITKAMP & WURSTER (1986) sowie STOLL (1995) und STOLL /ROLLE (1997) mit psychologischen Parametern von Langstrecken-, Marathon- bzw. Ultramarathonläufern. Hier standen jedoch mehr psychophysiologische, sportart-spezifisch-situative- und persönlichkeitspezifische Fragestellungen und weniger die Teilnahmemotivation im Zentrum des Interesses der Autoren. Dies hängt damit zusammen, daß ausdauersportliche Betätigung in den vergangenen 15 Jahren erheblich an Popularität gewonnen hat. Zudem geht von Ausdauersportlerinnen und -sportlern auch eine gewisse "Faszination" aus. Besonders interessant erscheint hier die Frage, warum sich gerade dieser Personenkreis einer anstrengenden, schweißtreibenden Tätigkeit aussetzt und weshalb speziell Läufer darüber hinaus gegenüber ihrer Sportart ein sehr grosses *Commitment*, also eine Verbundenheit zeigen. Einen Zugang zur *Commitment*-Problematik formulieren SCANLAN/CARPENTER/SCHMIDT & KEELER (1993). Dieser Ansatz geht davon aus, daß die Teilnahme an einer spezifischen sportlichen Tätigkeit auf einer Kosten-Nutzen-Analyse beruht und z.B. personale Investitionen als wichtige Kriterien zur Aufrechterhaltung der Sportteilnahme gelten.

## 3. Theoretische Überlegungen

Nach GABLER (1986, 96) ist eine exakte wissenschaftliche Begriffsbestimmung der Termini Motivation bzw. Motive davon abhängig, welche theoretische Position der Erklärung motivierten Handelns zugrundegelegt wird. Dies sind im einzelnen biologisch-physiologische, ethiologisch-instinkttheoretische, tiefenpsychologisch-triebtheoretische, behavioristische Lerntheorien und kognitiv-handlungstheoretisch

orientierte Ansätze. Eine vergleichende Diskussion der verschiedenen Ansätze würde den Rahmen dieses Beitrages sprengen. Aus diesem Grund reduzieren wir unsere Ausführungen auf den theoretischen Ansatz, auf den wir uns im weiteren beziehen wollen. Der *kognitiv-handlungstheoretische Ansatz* geht davon aus, daß der Mensch als reaktives Wesen zu verstehen ist und die Ursachen seines Verhaltens entweder in der Gegenwart oder eher in der Vergangenheit gesucht werden kann. *Kognitionspsychologisch ausgerichtete Ansätze* betonen, daß der Mensch in erster Linie ein planendes, auf die Zukunft gerichtetes und sich bewußt entscheidendes Wesen ist. Er setzt sich Ziele und handelt, um diese Ziele zu erreichen. Seine Handlungen haben für ihn einen subjektiven Sinn. Sie sind zweckrational und durch Bewußtseinsprozesse gekennzeichnet. Auch dieser Ansatz hat nur eine begrenzte Reichweite, da er sich vor allen Dingen mit solchen Handlungen beschäftigt, in denen sichtbar wird, daß Personen Ziele mehr oder weniger willkürlich, bewußt und kontrolliert verfolgen. Unwillkürliche Aktivitäten werden nicht berücksichtigt, da sie nicht bewußt geplant und kognitiv bewertet werden. Wir gehen davon aus, daß die Entscheidung über die Teilnahme an einer bestimmten sportlichen Aktivität, in diesem Fall Marathon- bzw. Ultramarathon, auf willkürlichen und bewußten Planungs- und Entscheidungsprozessen basieren. Aus diesem Grund wird der kognitiv-handlungstheoretische Ansatz als theoretische Grundlage unserer Untersuchung favorisiert.

Nach ALLMER (1981) sind die Begriffe Motiv und Motivation in der modernen Psychologie vieldeutig und nicht unumstritten. So besteht über die generelle Infragestellung des Motivationsbegriffs hinaus Uneinigkeit darüber, ob die beiden Begriffe synonym oder als eigenständige, voneinander abgegrenzte Sinneinheiten verwendet werden sollten. ATKINSON (1958) definiert Motiv, insbesondere das Leistungsmotiv, als relativ überdauernde, jedoch noch nicht aktualisierte Disposition. Wird diese Motivdisposition durch situationsspezifische Hinweisreize aktualisiert, entsteht eine Motivation. Aus diesem Grund wird Motivation als nicht direkt beobachtbare und meßbare intervenierende Variable aufgefaßt, die erst aus empirischen Untersuchungsergebnissen erschlossen werden kann. Motivation wird als "ein

Konstruktum bezeichnet, das der Psychologe 'erfindet', um ein bestimmtes Verhalten zu erklären" (FESTINGER, 1958, 66). Im Erleben sind Erwartungsemotionen das eigentlich motivierende Element im engeren Sinne (vgl. HECKHAUSEN, 1963, 614). Der erwartete Zustand wird dabei nicht mit dem Handlungsergebnis, sondern mit den Folgen, die aus dem Handlungsergebnis resultieren, assoziiert. Diese Folgen haben für den Handelnden Anreizwerte bestimmter Qualität und Stärke. Was zum Handeln motiviert, sind demnach Anreizwerte der vorweggenommenen Folgen des voraussichtlichen Ergebnisses eigener Handlungen (vgl. HECKHAUSEN, 1977, 175). Die Anreizwerte können sowohl positiver als auch negativer Art sein. Aus eher positiven Anreizwerten resultiert eine mehr aufsuchende Tendenz mit der Erwartungsemotion "Hoffnung", aus eher negativen Anreizwerten eine mehr meidende mit der dominierenden Erwartungsemotion "Furcht". Motiviertes Verhalten tritt demnach auch dann ein, wenn eine Gefährdung des momentanen Zustands subjektiv wahrgenommen wird (vgl. ALLMER, 1981). Demnach steht die aktualisierte Motivation mit dem konkreten Verhalten in einem direkten Zusammenhang, indem sie festlegt, welche Dinge man in Angriff nimmt bzw. welchen man ausweicht. ALLMER (1981) betont in diesem Zusammenhang, daß Verhalten normalerweise nicht durch ein einzelnes Motiv begründet ist. Vielmehr liegen einem bestimmten Verhalten mehrere Motive zugrunde. HECKHAUSEN (1980, 9) betrachtet ein Motiv als ein hypothetisches Konstrukt. Er bezeichnet Motive als Inhaltsklassen von Handlungszielen, die in Form überdauernder und relativ konstanter Wertungsdispositionen vorliegen. Diese Wertungsdispositionen sind höherer Art, d.h. für die Aufrechterhaltung der Funktionen des Organismus nicht entscheidend. Sie sind nicht angeboren und entwickeln sich erst im Laufe der Ontogenese. Sie unterliegen einer Sozialisation und somit sozialen Normen der ontogenetischen Entwicklungsumwelt. Damit werden nicht alle Äquivalenzklassen von Handlungszielen unter den Motivbegriff gefaßt. Physiologisch bedingte Bedürfnisse wie Hunger, Durst oder Schlaf, die der Aufrechterhaltung organischer Funktionen dienen, werden als Grundbedürfnisse begriffen und gehören somit nicht zu den oben genannten Äquivalenzklassen. ALLMER (1981, S.4) beschreibt weiterhin, daß die einzelnen Motive

demzufolge Bestandteile der überdauernden Motivation sind und somit die Motivation für das Individuum ein spezifisches Anliegen darstellt. In einem Motiv sind zwei Komponenten miteinander verbunden - einerseits das Motiv selbst und andererseits Vorstellungen darüber, wie dieses Motiv den erwünschten Ausgang einer Handlung erzeugen kann. Die zugrundeliegenden Motive bestimmen dabei, ob die Verhaltensweisen eher intrinsischer oder extrinsischer Natur sind. GABLER (1986, .84) postuliert, daß intrinsisches Handeln dann vorliegt, wenn Handlungsziel (z.B. einen Marathonlauf zu absolvieren) und Handlungszweck (Langstreckenlaufen) thematisch übereinstimmen. Eine Leistungshandlung kann z.B. um ihrer selbst Willen durchgeführt werden, weil das Lösen der Aufgabe und die eigene Anstrengung im Vordergrund stehen. Extrinsisches Handeln liegt dann vor, wenn Handlungsziel (z.B. einen Marathonlauf zu absolvieren) und Handlungszweck (abzunehmen) thematisch nicht übereinstimmen. Dies liegt z.B. dann vor, wenn Handlungen instrumentalisiert werden, um anderen zu imponieren.

## **2 Zum Stand der Forschung**

Die vorliegenden empirischen Studien zur Teilnahmemotivation im Langstreckenlauf lassen sich im Prinzip zwei Fragestellungen zuordnen. Der erste Forschungszweig, der sich mit Motivationsproblemen im Langstreckenlauf auseinandersetzt, untersucht das Phänomen, das in der wissenschaftlichen Literatur unter dem Begriff *Laufsucht* oder auch *exercise addiction* zusammengefaßt wird. Dabei beschäftigen sich die Autoren nicht ausschließlich mit Langstreckenläuferinnen und -läufern, sondern ebenfalls mit Tänzerinnen, Fitnessstudiobesuchern und allen weiteren Sportarten, die Gewichtsklassenzuordnungen unterliegen. THORNTON/SCOTT (1995) postulieren, daß Individuen mindestens eine Stunde lang pro Tag laufen müßten, um als *committed* bezeichnet zu werden. Das Hauptergebnis ihrer Studie war, daß sowohl Motive der sozialen Anerkennung als auch des Bewältigungserfolgs die wichtigsten Prädiktoren für eine mögliche Suchtentwicklung darstellen. FURST/GERMONE (1993) verglichen eine Stichprobe von Läufern mit Besuchern eines Fitness-Studios und konnten keine

Unterschiede in den Addiction-Scores zwischen beiden Gruppen feststellen. Je länger die Teilnehmer beider Gruppen ihre Sportart ausübten, desto höher waren ihre Addiction-Scores. MORRIS/STEINBERG/SYKES/SALMON (1990) untersuchten emotionale Unterschiede von 40 männlichen Läufern bezogen auf Laufentzugssymptome. Zu diesem Zweck wurde die Stichprobe in eine Experimentalgruppe und eine Kontrollgruppe aufgeteilt. Die Experimentalgruppe durfte in der dritten und vierten Woche einer Gesamtuntersuchungsperiode von sechs Wochen nicht langstreckenlaufen. Die Kontrollgruppe jedoch setzte ihr Trainingsprogramm weiter fort. Die Experimentalgruppe zeigte in der ersten lauffreien Woche Probleme mit schlechten Stimmungsperioden, Bewältigungs- und Schlafproblemen sowie einen Anstieg von Angst und Depressivität in der zweiten Laufentzugswoche. SZABO/FRENKL und CAPUTO (1997) berichten von Läufern, die nicht der Gesundheit wegen das Laufen *begonnen* hatten, aber dies als aktuellen Grund für ihre sportliche Aktivität angeben. Diese Personen berichten von höheren Entzugserscheinungen als die Läufer, bei denen *Gesundheit* bereits als Einstiegsmotiv ausschlaggebend war.

Insgesamt erscheint uns die Forschungsarbeit in Zusammenhang mit der Ausbildung einer *Bewegungssucht* jedoch sehr uneinheitlich und geprägt von nur wenigen Studien, zumeist mit theoretischen und methodischen Defiziten. Zusammenfassend lässt sich zu diesem Forschungsbereich zumindest eines feststellen: Neben Trainingsintensität und -umfang spielen auch bestimmte Motivstrukturen, weniger jedoch psychophysiologische Veränderungen zur Ausbildung eines möglichen suchartigen Verhaltens eine Rolle.

Der zweite Bereich beschäftigt sich mehr mit Fragen zu Teilnahmemotiven von Läuferinnen und Läufern (z.B. OGLES/ LYNN/ MASTERS/HOEFEL 1993 oder GILL/WILLIAMS/DOWN/BEAUDOIN 1996; GABLER/KEMPF, 1987; RÜMMELE, 1987), während sich ein zweiter Bereich, wie eingangs schon erwähnt, speziell mit den motivationalen Grundlagen der sogenannten "laufsüchtigen" Athleten beschäftigt (z.B. THORNTON/SCOTT 1995; DE LA TORRE 1994 oder FURST/GERMONE 1993, CONBOY 1994).

Bei einer Literatur-Recherche in der internationalen Literaturdatenbank PSYCHINFO (1985-1997) fallen zunächst die Arbeiten um die Arbeitsgruppe von Ben

Ogles auf, die einen läuferspezifischen Motivfragebogen, den "Motivation of Marathoners Scale (MOMS)" entwickelte (OGLES/MASTERS 1993) und im weiteren Verlauf verschiedene Studien zur Frage der Teilnahmemotive von Marathon- und Langstreckenläufern durchführte. Eine der ersten Studien der Arbeitsgruppe um Ben Ogles war eine Untersuchung im Jahr 1993 (OGLES/LYNN/MASTERS/HOEFEL 1993). An einer Stichprobe von insgesamt 131 Läuferinnen und Läufern konnten sie zeigen, daß insbesondere die Läufer, die aus psychologischen Gründen, wie z.B. Streßbewältigung, laufen, eher dazu neigen, in der Ausübung ihrer Sportart dissoziative Coping-Strategien anzuwenden. Sie versuchen demnach, sich von der eigentlichen Ausübung ihrer Sportart abzulenken. Dies legt einen Zusammenhang von relativ überdauernden Motiven und der Präferenz für bestimmte Copingstrategien nahe und unterstreicht die Hypothese, daß Hobbyläufer, die eher aus gesundheitlichen und psychologischen Motiven laufen, während der Ausübung ihrer Sportart auf "gesundheitserhaltende" Bewältigungsstrategien zurückgreifen, die eine Ablenkung von z.B. alltäglichen Problemen begünstigen.

OGLES/MASTERS/RICHARDSON (1995) untersuchten weiterhin 610 weibliche und männliche 5 und 10 Kilometer-Läufer. Dabei konnten die Autoren zeigen, daß deutliche geschlechtsspezifische Unterschiede bezüglich der Teilnahmemotive bestehen. Frauen bewerteten die Motive *Gewichtsregulation*, *Zusammensein mit anderen*, *Selbstwert*, *Psychische Gesundheitsorientierung* und *Lebenssinn* als wichtiger, verglichen mit den untersuchten Männern. Darüber hinaus erfolgte ein Extremgruppenvergleich, bei dem eine Substichprobe von 42 sehr häufig trainierender Läuferinnen und Läufern mit einer Gruppe von 47 echten Hobbyläufern verglichen wurde. Es zeigte sich, daß eher Männer zu der Gruppe der extrem viel trainierenden Athleten gehören und daß Männer, die viel trainieren, überwiegend aus Gründen der Anerkennung und des Erfolgs laufen. Männliche Hobbyläufer dagegen laufen eher aus Gründen der allgemeinen Gesunderhaltung und des Wohlbefindens. In einer anderen Studie berichten MASTERS/OGLES (1995) von 472 Marathonläufern im Alter zwischen 16 und 36 Jahren mit verschieden langer Lauferfahrung. Untersucht wurde, ob sich altersspezifische

Kohortenunterschiede in den Teilnahmemotiven der Läuferinnen und Läufer finden lassen. Die Ergebnisse dieser Studie deuten darauf hin, daß die Teilnahmemotive über die Lauferfahrung hinweg deutliche Änderungen erfahren. Die sehr lauferfahrenen Athleten ("veteran runners) betreiben ihre Sportart überwiegend aus Gründen des Zusammenseins mit anderen, jedoch auch teilweise aus Gründen der Anerkennung, des Wettkampfes und auch aus gesundheitlichen Motiven. Läuferinnen und Läufer mit mittelmäßig langer Lauferfahrung ("midlevel experienced runners") fokussierten mehr auf die Verbesserung ihrer persönlichen Leistung, während die Laufanfänger ("Rookies") mehr aus gesundheitlichen Gründen, sowie Gewichtsregulation und aus Gründen der Zielerreichung und des Selbstwertes ihre Sportart betrieben. Zu einem ähnlichen Ergebnis kam RÜMMELE (1987) in einer Interview-Studie an insgesamt 60 Marathonläufern mit sechs verschiedenen Zielstellungen. RÜMMELE (1987) berichtet, daß das Erwartungsspektrum der Läuferinnen und Läufer im Laufe ihrer sportlichen Entwicklung zwar weitestgehend konstant blieb, jedoch scheinen sich die Prioritäten zu verändern. Seine Ergebnisse weisen darauf hin, daß das Gesundheitsmotiv anfangs häufig dominant war und daß sich die Einstellung beispielsweise auch in einem veränderten Lebensstil zeigte (z.B. in einer gesundheitsbewußten Ernährung). Dieses eher extrinsisch orientierte Eingangsmotiv verlor dann an Bedeutung, wenn der neue Lebensstil internalisiert wurde. Mit zunehmender Lauferfahrung konzentrieren sich die Erwartungen der Läufer immer mehr darauf, einmal einen Marathonlauf durchzustehen. Diese Erwartung ging dann zumeist über das ursprünglich genannte Ziel zu Laufbeginn weit hinaus. Im weiteren Verlauf der Sportlerkarriere wird dem Langstreckenlauf eine persönliche Wertschätzung entgegengebracht. Dabei stehen Aufwand und Erfolg mit zunehmenden Alter oft im Gegensatz zueinander. Die Erwartungen der untersuchten Läuferinnen und Läufer konzentrieren sich zunehmend auf das Wohlbefinden beim Laufen, das auch die Tagesstimmung nachhaltig beeinflusst. Schließlich führt das körperliche Wohlbefinden und die Genugtuung, das geleistet zu haben, was man sich vorgenommen hat, zu einem verstärkten "Ich-Bewußtsein". Diese "Ich-Identität" kann mit einem Motiv der "Sinnfindung" erklärt werden, was u.E. als eher ein intrinsisches



Motiv zu bezeichnen ist. STOLL/OGLES (1997) stellten ebenfalls zielgruppenspezifische Unterschiede bezüglich der Teilnahmemotive fest. Die Autoren konnten zeigen, daß beispielsweise wettkampfabitionierte Läufer (und das sind zumeist die Läufer mit schon etwas fortgeschrittener Lauferfahrung) aus Gründen der Anerkennung, der persönlichen Zielerreichung und des Wettkampfes laufen, während z.B. die Motive von Hobbyläufern (dies sind meistens die Anfänger) eher im gesundheitlichen Bereich zu finden sind. Interessant an dieser Studie ist zudem, daß Hobbyläuferinnen, ohne große Wettkampfabitionen, wie von ALLMER (1981) theoretisch postuliert, eine ganze Reihe von Teilnahmemotiven (sowohl im gesundheitlichen als auch im Bereich der persönlichen Zielerreichung) angeben, wobei jedoch das Gesundheitsmotiv dominiert. GABLER/KEMPF (1987) stellten in ihrer längsschnittlichen Studie (Zeitraum 1978 bis 1982 - fünf Meßzeitpunkte) an insgesamt noch immerhin 238 Probanden zum fünften Meßzeitpunkt fest, daß regelmäßiges Laufen zu Veränderungen in der Motivationsstruktur führen kann. Dabei fanden sie Unterschiede in einigen Motiven zwischen jenen, die weniger , und jenen, die mehr laufen. Im Großen und Ganzen blieb die Motivationsstruktur über den Untersuchungszeitraum hinweg konstant. Die Konstanz der Bewertungen trifft jedoch vor allem für die Langstreckenläufer zu. Bei den "Trimmtrabern" blieb zwar das Verhältnis der einzelnen Motive zueinander gleich, die Bewertungen nahmen jedoch insgesamt eher ab.

GILL/WILLIAMS/DOWD/BEAUDOIN (1996) untersuchten verschiedene Sportgruppen bezüglich ihrer Motivstrukturen, darunter auch eine Gruppe von Langstreckenläufern. Dabei interessierten die Autorinnen und Autoren insbesondere geschlechts- und gruppenspezifische Unterschiede bezüglich Wettkampf- (competitive orientation) oder reiner Teilnahmemotivation (participation motivation). Die Autoren kommen zu dem Ergebnis, daß Frauen generell eher aus Gründen der Fitnessverbesserung, des Zusammenseins mit anderen und zur Verbesserung ihrer Attraktivität sportlich aktiv sind. Männer sind dagegen eher wettkampforientiert. Die Laufgruppe fiel insbesondere wegen ihrer signifikant niedrigen Gewinnerorientierung im Vergleich zu den anderen Sportgruppen (Fitness-Kurs, Cardio-Kurse, Rehabilitationssport-Programme und

Senioren-Spiele) auf. Eine weitere interessante, weil kreuzkulturelle, Studie ist die Untersuchung von HAYASHI/WEISS (1994). Die Autoren untersuchten dabei eine Stichprobe von 153 amerikanischen und 205 japanischen Läuferinnen und Läufern. Ihre Ergebnisse deuten darauf hin, daß amerikanische Sportler eher wettkampforientiert sind als die japanischen Athleten. Dagegen zeigen die Japaner eine höhere Siegmotivation. Es wurden keine weiteren Interaktionseffekte bzw. geschlechtsspezifischen Unterschiede deutlich. Warum manche Personen langstreckenlaufen und warum andere Menschen nicht, untersuchten VITULLI/DEPACE (1992). Ihre Befragung an 89 Studierenden kam zu dem Ergebnis, daß es überwiegend Gründe des Wohlbefindens und der Gesunderhaltung sind, die zum Laufen animieren, während der nichtsportliche Personenkreis entweder eine Präferenz für eine andere Sportart hatte bzw. der Meinung war, daß Langstreckenlaufen zu langweilig sei und daß man sich dabei unwohl fühle, so lange einsam durch den Wald zu joggen. Als weiteren Grund für ihre Laufabstinenz gaben die Probanden Verletzungen aus der Vergangenheit an. Eine Studie von CLOUGH/SHEPERD/MAUGHAN (1987) hatte zum Ziel, schichtspezifische Unterschiede in den Motivstrukturen von Langstreckenläufern aufzudecken. Dabei verglichen die Autoren Arbeiter mit (Büro-)Angestellten bezüglich ihrer Laufmotivation. Es konnten keine schichtspezifischen Unterschiede bezüglich der Kosten/Nutzen-Analyse sowie der intrinsischen Motivation festgestellt werden. Jedoch bewerteten Arbeiter extrinsische Belohnungen, die sie durch das Marathonlaufen erhalten würden, höher als die Angestellten. In der Untersuchung von TEIPEL/HEINEMANN (1997) wurden insgesamt 76 Läuferinnen und Läufer, die am Rennsteiglauf 1994 teilgenommen hatten, untersucht. Dabei gingen die Autoren einer sportartspezifischen Hypothese nach, indem sie die Motivstrukturen von Halbmarathon-, Marathon- und Ultralangstreckenläufern untersuchten. Ihre Ergebnisse deuten darauf hin, daß die Halbmarathonläufer im Vergleich zu den Ultramarathonläufern das Motiv Spannung/Risiko als bedeutsamer einschätzten. Weiterhin sind die Marathon- und Ultramarathonläufer im Vergleich zur Halbmarathonläufergruppe eher durch Wettkampf-, Selbstwertsteigerungs- und Gesundheitserhaltungskognitionen motiviert. Bezüglich der Teilnahmemotivation läßt sich

zusammenfassend festhalten, daß die Motive von Läufern geschlechts-, alters- zielgruppenspezifische, sportartspezifische und kreuzkulturelle Unterschiede aufweisen. Schichtspezifische Unterschiede sind eher marginal.

Aus den bislang geschilderten Darstellungen und Überlegungen lassen sich verschiedene Arbeitshypothesen formulieren:

1. Die Begriffe Motivation und Motive können nicht synonym verwendet werden. Läufer und Läuferinnen werden nicht nur durch ein Motiv zur sportlichen Handlung veranlasst, sondern von einer ganzen Reihe von Motiven.
2. Motivstrukturen von Ausdauerläufern verändern sich über die Zeit dahingehend, daß insbesondere extrinsische Motive (z.B. Gesundheitsorientierung, Anerkennung), die eher zu Beginn ausschlaggebend für das Ausüben der Sportart sind, durch andere Motive (wie z.B. Sinngebung) im fortgeschrittenen Alter abgelöst werden.
3. Es existieren sportartspezifische Unterschiede in den Motivstrukturen von Marathon- und Ultramarathonläufern, die unter Umständen auf verschiedene Anforderungsprofile dieser beiden Laufdisziplinen zurückzuführen sind.

### 3. Die Stichproben

Zur Untersuchung o.g. Arbeitshypothesen konnten wir auf zwei verschiedene Stichproben zurückgreifen. *Stichprobe I* besteht aus 209 männlichen Marathonläufern, die 1992 am Columbus Marathon, Ohio (Midwestern-Marathon) teilgenommen haben. Die Probanden dieser Stichprobe waren zum Erhebungszeitpunkt im Schnitt 38,44 Jahre alt, verfügten über eine Lauferfahrung von 9,33 Jahren und trainierten im Durchschnitt 5,62 Stunden pro Woche. Die durchschnittlich zurückgelegte Trainingsdistanz belief sich auf 24 Meilen pro Woche (entspricht 38,62 km).

Die Probanden der *Stichprobe II* waren männliche Teilnehmer des 100-Kilometer Laufes von Biel 1997<sup>1</sup>. Insgesamt nahmen 283 Läufer an unserer Befragung teil. Im arithmetischen Mittel sind die Sportler 44,07 Jahre alt und betreiben Langstreckenlaufen seit 12,22 Jahren. Mit 36,68 Meilen (entspricht 59,02 km) Lauftraining in

---

<sup>1</sup> An dieser Stelle danken wir Prof. Dr. D. Alfermann für die finanzielle Unterstützung dieser Untersuchung

durchschnittlich 6,64 Stunden Training pro Woche ist der Trainingsumfang für einen 100-Kilometer-Lauf vergleichsweise niedrig.

#### 4. Abhängige Variablen und statistische Analyse

Die Teilnahmemotivdimensionen wurden mit Hilfe des MOMS (Motivation of Marathoners Scale) von OGLES/MASTERS (1993) erfasst. Der MOMS besteht aus 56 Items, der insgesamt drei voneinander unabhängige Teilnahmemotivdimensionen beschreibt. Die neun Subskalen sind *Psychische Gesundheitsorientierung*, *Generelle Gesundheitsorientierung*, *Gewichtsregulation (Dimension Gesundheitsmotive)*, *Wettkampf*, *Anerkennung*, *Selbstwert (Dimension Leistungsmotive)*, *Sinnggebung*, *Gemeinsamkeiten*, und *Persönliche Zielerreichung (Dimension Persönliche Motive)*. Die Items wurden von OGLES/MASTERS (1993) mit einer 7-stufigen Likert-Skala von 1 ("spielt überhaupt keine Rolle") bis 7 ("spielt eine sehr große Rolle") versehen. Die Subskalen entstehen durch Aufsummierung der Einzelitems pro Subskala und anschließender Division durch die Anzahl der Items, so daß die Werte pro Subskala zwischen 1 und 7 variieren. Die Validierung des amerikanischen Originalinstruments erfolgte mit Hilfe explorativer und anschließender konfirmatorischer Faktoranalyse. Die extrahierten Faktoren wurden dann den klassischen Reliabilitätsanalysen (Überprüfung der internen Konsistenzen und der Item-Trennschärfen) unterzogen. Zur weiteren Vertiefung der Validierung des o.g. Meßinstruments wird auf die Publikation von OGLES/MASTERS (1993) verwiesen. Eine Überprüfung der internen Konsistenzen der MOMS-Subskalen an unseren Stichproben zeigte Cronbach-Alpha's zwischen .83 und .91. Die amerikanische Originalversion wurde im Rahmen eines Aufenthaltes des Erstautors bei Benjamin Ogles in Athens, Ohio, einer Forward-Backward-Forward-Translation unterzogen. Eine Validierung der deutschen Version erfolgte durch STOLL (1998).

Um entwicklungspsychologische Effekte überprüfen zu können, wurden die beiden Stichproben jeweils in 3 Altersstufen eingeteilt (Minimum bis 35 Jahre, 36 bis 50 Jahre und 51 bis Maximum). Alters- und stichprobenspezifische Effekte wurden über

eine zweifaktorielle, multivariate Varianzanalyse ermittelt. Als unabhängige Variablen fungierten dabei Alter (dreifach gestuft) und Gruppe (zweifach gestuft). Die abhängigen Variablen bildeten die neun Subskalen des MOMS. Im Anschluß an die multivariate Analyse erfolgten univariate Tests, um signifikante Effekte zu spezifizieren.

*Tab.1 Mittelwerte und Standardabweichungen der neun Motivsubskalen für Marathon- und Ultramarathonläufer*

	Marathonläufer						Ultramarathonläufer					
	bis 35		36 - 50		über 50		bis 35		36 - 50		über 50	
	(n = 81)		(n = 104)		(n = 20)		(n = 52)		(n = 143)		(n = 72)	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s
Sinnggebung	2,59	1,24	2,96	1,47	3,31	1,83	3,62	1,24	3,75	1,31	3,91	1,53
Psycholog. Ges.	3,27	1,39	3,20	1,46	2,99	1,68	3,94	1,30	3,87	1,29	3,58	1,43
Selbstwert	4,30	1,34	4,48	1,23	4,58	1,31	4,57	1,14	4,26	1,22	4,28	1,44
Allg. Gesund.	5,08	1,10	5,38	1,31	5,63	1,61	4,69	1,54	4,89	1,30	5,53	1,17
Gewichtsregul.	3,80	1,78	4,15	1,56	3,80	1,37	4,09	1,35	4,39	1,19	4,90	1,08
pers. Zielerr.	4,60	1,35	4,49	1,37	4,72	1,67	4,90	1,47	4,43	1,30	4,04	1,29
Wettkampf	2,69	1,43	2,60	1,43	3,45	1,79	2,99	1,62	2,75	1,44	2,54	1,23
Anerkennung	2,56	1,32	2,52	1,27	3,23	1,63	2,22	1,23	2,07	1,09	2,02	1,20
Gemeinsamkeit.	2,61	1,18	2,73	1,27	3,38	1,36	3,76	1,59	3,89	1,87	3,86	1,62

Wie Tabelle 2 zu entnehmen ist, lassen sich Alterseffekte auf den Subskalen Sinnggebung und Allgemeine Gesundheitsorientierung finden (siehe Abbildung 1).

*Tab.2 Haupteffekte<sup>2</sup> der einfach-mehrfaktoriellen Varianzanalyse*

Abhängige Variable	Haupteffekt ALTER		Haupteffekt GRUPPE	
	(Rao's R (18; 916)= 3,26; p<.001)		(Rao's R (9; 458) = 23,66; p<.001)	
	F 1;466	p	F 1;466	p
Sinnggebung	3,01	=.05	27,08	<.001
Psycholog. Gesundh.	1,15	n.s.	17,32	<.001
Selbstwert	0,13	n.s.	0,34	n.s.
Allgemeine. Gesundh.	6,11	<.01	5,00	<.05
Gewichtsregulation	2,81	n.s.	12,17	<.01

<sup>2</sup>Ein Interaktionseffekt ALTER mal GRUPPE konnte nicht gefunden werden (Rao's R (18; 916) = 1,31; n.s.)

Persönliche Zielerr.	2,35	n.s.	0,97	n.s.
Wettkampf	1,39	n.s.	0,94	n.s.
Anerkennung	1,84	n.s.	23,64	<.001
Gemeinsamkeit.	1,62	n.s.	28,90	<.001

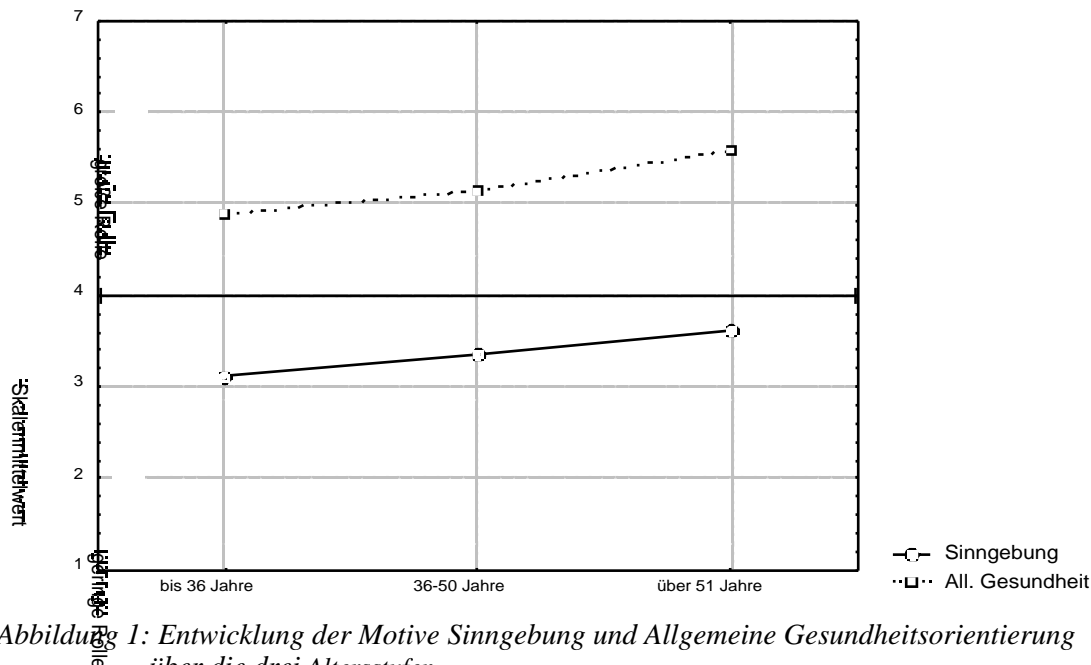


Abbildung 1: Entwicklung der Motive Sinngebung und Allgemeine Gesundheitsorientierung über die drei Altersstufen

Ein post-hoc-Vergleich der drei Altersgruppen mittels Scheffé-Test zeigt, daß sich die Probanden der jüngsten und ältesten Gruppe auf der Subskala Sinngebung in statistisch bedeutsamer Weise voneinander abheben ( $\bar{x}$  bis 35: 2,99; s.: 1,34/ $\bar{x}$  über 50: 3,78; s.: 1,61,  $p=.05$ ), die mittlere Altersgruppe jedoch keine signifikanten Unterschiede zu den beiden anderen Gruppen aufweist ( $\bar{x}$  36-50: 3,41; s.: 1,43, siehe Abbildung 1). Dieser Effekt geht darauf zurück, daß das Sinngebungsmotiv mit zunehmenden Alter linear ansteigt. Die Allgemeine Gesundheitsorientierung zeigt bei den über 50-jährigen deutlich höhere Werte als bei den Probanden bis 35 Jahre ( $\bar{x}$  bis 35: 4,94; s.: 1,30/ $\bar{x}$  über 50: 5,56; s.: 1,27,  $p<.01$ ) und ebenfalls signifikant höhere Werte als die 36 - 50-jährigen ( $\bar{x}$  36-50: 5,11; s.: 1,32,  $p<.05$ ). Die beiden jüngeren Gruppen unterscheiden sich nicht voneinander.

Signifikante Unterschiede zwischen den Läufergruppen finden sich auf den Subskalen Sinngebung, Psychologische Gesundheit, Allgemeine Gesundheit,

Gewichtsregulation, Anerkennung und Gemeinsamkeiten. Graphisch können diese Unterschiede wie folgt veranschaulicht werden:

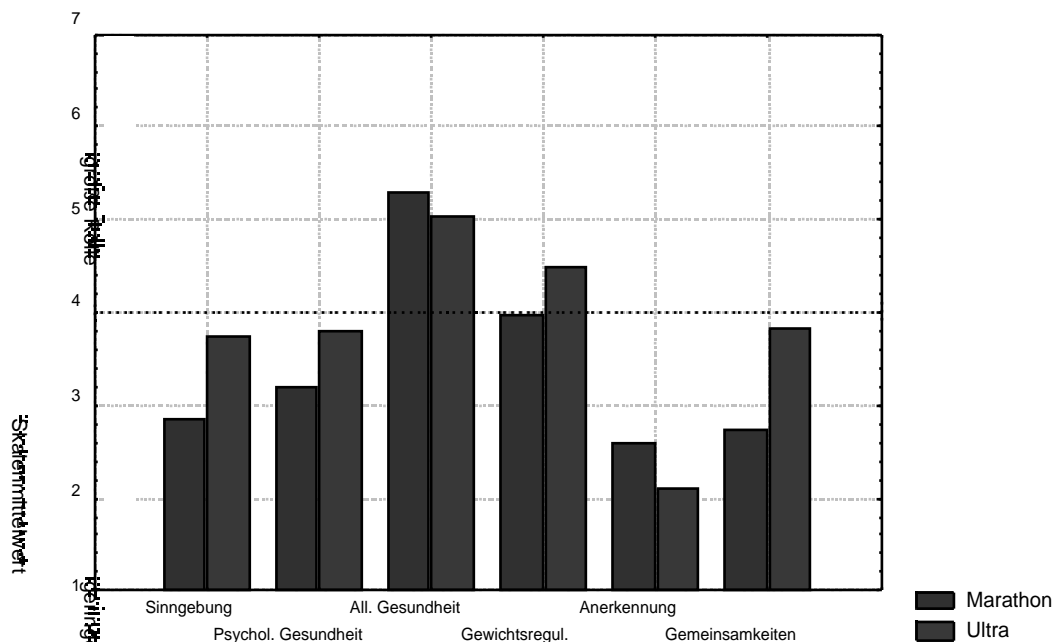


Abbildung 2. Signifikante Gruppeneffekte für die Moitvsubskalen zwischen Marathon- und Ultramarathonläufern

Allgemeine Gesundheitsorientierung scheint für beide Gruppen, insbesondere jedoch für die Marathonläufer ein wichtiges Teilnahmemotiv zu sein ( $\bar{x}$  Marathon: 5,30; s.: 1,28/ Ultra:  $\bar{x}$  5,05; s.: 1,33,  $p < .05$ ). An zweiter Stelle, und hier vor allem bei den Ultramarathonläufern, steht der Wunsch einer Gewichtsregulation ( $\bar{x}$  Marathon: 3,98; s.: 1,64/  $\bar{x}$  Ultra: 4,49; s.: 1,22,  $p < .01$ ). Die Motive psychologische Gesundheit ( $\bar{x}$  Marathon: 3,21; s.: 1,47/  $\bar{x}$  Ultra: 3,81; s.: 1,34,  $p < .001$ ), Sinngebung ( $\bar{x}$  Marathon: 2,85; s.: 1,43/  $\bar{x}$  Ultra: 3,76; s.: 1,35;  $p < .001$ ) und Gemeinsamkeiten ( $\bar{x}$  Marathon: 2,74; s.: 1,26/  $\bar{x}$  Ultra: 3,84; s.: 1,74,  $p < .001$ ) werden in ihrer Wichtigkeit ähnlich eingestuft, spielen aber jeweils bei den Ultramarathonläufern eine bedeutendere Rolle als bei den Marathonläufern. Das Motiv der Anerkennung scheint in beiden Gruppen am wenigsten wichtig zu sein. Vor allem Ultramarathonläufern räumen der Anerkennung eine nur untergeordnete Rolle innerhalb ihrer Teilnahmemotive ein ( $\bar{x}$  Marathon: 2,60; s.: 1,34/  $\bar{x}$  Ultra: 2,11; s.: 1,16,  $p < .001$ ).

## 5. Diskussion

Die vorliegende Studie hatte zum Ziel, altersspezifische und sportartspezifische Effekte zweier Ausdauerlaufdisziplinen bezogen auf die Motivstrukturen der Sportler aufzudecken. Übereinstimmend mit MASTERS/OGLES (1995) konnte festgestellt werden, daß die Motivstrukturen über die Zeit hinweg Veränderungen erfahren. Die zwei gefundenen Haupteffekte ALTER zeigen, daß das Motiv der *Sinngebung* mit zunehmendem Alter (und damit auch der Lauferfahrung) wichtiger wird. Dies entspricht zwar den eingangs genannten Erwartungen, die Mittelwerte liegen jedoch auch bei der ältesten Gruppe noch im Wertungsbereich "spielt eher eine geringe Rolle". Entgegen unseren Erwartungen ist das Motiv der *Allgemeinen Gesundheitsorientierung* nicht nur ein reines "Einsteigermotiv" - es spielt hier schon eine "große Rolle" -, sondern gewinnt sogar in zunehmendem Alter noch an Wichtigkeit. Dieses Ergebnis zeigt, daß *Sinngebung* keineswegs im Laufe der Zeit die Qualität eines übergeordneten intrinsischen Motivs annimmt, dem alle anderen Motive untergeordnet sind. Demnach findet sich HECKHAUSENS Aussage bestätigt, daß Motivation nicht durch ein einziges, alles umfassendes Motiv geprägt wird, sondern mehrere Äquivalenzklassen nebeneinander existieren können. Eine besondere Stellung scheint jedoch die allgemeine Gesundheitsorientierung einzunehmen, die in allen Altersbereichen und in beiden Läufergruppen als bedeutend erachtet wird. Darüberhinaus wird transparent, daß die Motive *Sinngebung* und allgemeine Gesundheitsorientierung im Rahmen der Ontogenese eine stärkere Gewichtung erfahren. Dies könnte damit zusammenhängen, daß in den letzten Jahren in Politik und Medien das Thema "Gesundheit" einen zentralen Stellenwert eingenommen hat. Gerade für Personen im mittleren und höheren Erwachsenenalter finden sich zahlreiche Sport- und Fitnessprogramme, die Gesundheit und Vitalität im Alter optimieren sollen. Die Annahme, daß Motive wie Anerkennung und Wettkampfstreben im höheren Alter abnehmen, konnte nicht erhärtet werden. Beide Motive werden als eher unwichtig eingestuft. Für die Gruppe der Marathonläufer deutet sich sogar eine Zunahme an Wichtigkeit mit dem Alter an. Da jedoch die Stichprobengröße von  $n=20$  für die über 50-jährigen Marathonläufer sehr gering ist,



bleiben diese Werte unter der statistischen Signifikanzgrenze und dürfen nicht überinterpretiert werden.

Wir konnten weiterhin sportartspezifische Unterschiede in den Motivstrukturen der Läufer feststellen. Die Marathonläufergruppe unterscheidet sich von der Ultramarathongruppe in den Motiven *Anerkennung* und *Allgemeiner Gesundheitsorientierung* mit signifikant höheren Werten. Ultralangstreckenläufer scheinen eher durch das *Zusammensein* mit anderen Läufern, *Psychischer Gesundheitsorientierung*, *Gewichtsregulation* und *Sinngebung* motiviert zu sein. Dieses Ergebnis steht im Gegensatz zu den Ergebnissen von TEIPEL/HEINEMANN (1997), die davon berichten, daß ihre "Supermarathonläufer" (das sind die Ultralangstreckenläufer im Rennsteiglauf), tendenziell signifikant höhere Werte im Vergleich zu den Halbmarathonläufern aufwiesen.

Daß für Marathonläufer Anerkennung wichtiger ist als für Ultralangstreckenläufer mag daran liegen, daß der Marathonlauf eine traditionsreiche Sportart ist und die Leistung der Marathonläufer großes öffentliches Interesse und Bewunderung genießt. International besetzte Stadt-Marathons wirken als Publikumsmagneten und bieten zudem den Siegern auch finanzielle Anerkennung. Ultralangstreckenläufe sind dagegen weit weniger verbreitet und fristen als Extremsportart eher noch ein Schattendasein. Hinzu kommt, daß die meisten Ultraläufer über den Marathon zum Ultra gekommen sind. Dies könnte dazu geführt haben, daß sie nicht mehr der Anerkennung von außen bedürfen, sondern eher für sich selbst ihre eigenen Grenzen austesten wollen. Demnach ist anzunehmen, daß die Ultramarathonläufer weniger durch den Wettkampfgedanken bzw. der damit verbundenen Anerkennung motiviert sind, sondern daß das Ultralangstreckenlaufen für diese Personengruppe, neben den subjektiv wahrgenommenen, positiven gesundheitlichen Auswirkungen ihrer Sportart, eher eine Art "Lebenssinn" oder "Lebensphilosophie" ist, die sie zudem gerne mit anderen Sportlern teilen. Dies wird auch deutlich, wenn man sich diverse populärwissenschaftliche, bzw. eher philosophisch orientierte Publikationen verschiedener Ultralangstreckenläufer (wie z.B. SONNTAG 1990 oder KOSTRUBALA 1976) betrachtet, in denen derartige Einstellungen deutlich werden. Das heißt, daß

Ultralangstreckenläufer Gewichtsregulierungsmotive ähnlich einschätzen wie Motive der Allgemeinen Gesundheitsorientierung bzw. der Sinngebung. Es scheint, daß die hier untersuchten Ultraläufer den Sinn der Extrembelastung darin sehen, sich durch den hohen Energieverbrauch ihre Figur und damit ihre allgemeine Gesundheit zu erhalten. Insbesondere prosoziale Copingstrategien spielen im Ultralangstreckenlauf ebenfalls eine zentrale Rolle, die sich in einer Offenheit zu den Mitläufern und damit dem sozialen Motiv des Zusammenseins mit anderen manifestiert. So erlaubt es das gleichmäßige stundenlange Laufen, sich verbal mit den anderen Läufern auszutauschen, um sich von Monotonie bzw. auftretenden Ermüdungsschmerzen abzulenken. Sie fühlen sich wie eine "große Familie", in der jeder jedem hilft.

Abschließend soll jedoch darauf hingewiesen werden, daß die hier beschriebenen sportartspezifischen Effekte auch durch kreuz-kulturelle Einflüsse moderiert sein könnten, da die Marathonläufer einer amerikanischen und die Ultraläufergruppe einer deutschen Population entnommen sind. Eine Interpretation dieser Daten von einem kreuz-kulturellen Standpunkt wäre sicherlich möglich, da amerikanische Athleten in einer ohnehin eher wettbewerbsorientierten Gesellschaft sozialisiert werden. Wir vermuten jedoch, daß es sich bei den vorliegenden Ergebnissen tatsächlich um sportspezifische Effekte handelt, was in einer weiteren Studie validiert werden könnte. Zudem wäre eine Studie im Längsschnittdesign, die den entwicklungspsychologischen Aspekt der Veränderung von Teilnahmemotiven mit zunehmenden Alter genauer beleuchten könnte, sicherlich ein weiterer wichtiger Forschungsansatz.

## **6. Literatur**

ALLMER, H. : Motivationale Prozesse der Weiterbildung. Forschungszentrum FEoLL, Institut für Bildung-Betriebslehre. Paderborn 1981.

ATKINSON, J.W.: Motivational determinants of risk-taking behavior. In: Psychological Review, 64 (1957), 359-372.

CLOUGH, P.J./ SHEPERD, J./MAUGHAN, R.: Motives for participation in recreational running. Journal of Leisure Research 21, 4 (1989), 297-309.

- CLOUGH, P.J./SHEPARD, J./MAUGHAN, R.: Social-class differences in a sample of nonelite marathon runners. *Perceptual & Motor Skills* 66, 2 (1987), 495-498.
- CONBOY, J.K.: The effects of withdrawal on mood states in runners. *Journal of Sports Behavior* 17, 3 (1994), 188-203.
- CRANDALL, R.C.: *Running: The Consequences*. Jefferson NC 1986.
- DE LA TORRE, J.: Mensa sana in corpore sano, or exercise abuse ? Clinical considerations. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 59, 1 (1994), 15-31.
- FESTINGER, L. The motivating effect of cognitive dissonance. In: Lindzey, G. (Ed.). *Assessment of human motives*. New-York 1958.
- FURST, D.M./GERMONE, K.: Negative addiction in male and female runners and exercisers. *Perceptual & Motor Skills* 77 (1993), 192-194.
- GABLER, H.: Motivationale Aspekte sportlicher Handlungen. In GABLER, H./ NITSCH, J.R/ SINGER, R.(Hrsg.): *Einführung in die Sportpsychologie: Teil 1 - Grundthemen*. Schorndorf 1986, 64-106.
- GABLER, H./KEMPF, W. (1987). Psychologische Aspekte des Langlaufs. *Sportwissenschaft*, 17, 2 (1987), 171-183.
- GILL, D.L./WILLIAMS, L./DOWN, D.A./BEAUDOIN, C.M.: Competitive orientations and motives of adult sports and exercise participation. *Journal of Sports Behavior* 19, 4 (1996), 307-318.
- HAYASHI, C.Y./WEISS, M.R.: A cross-cultural analysis of achievement motivation in anglo-american and japanese marathon runners. *International Journal of Sport Psychology* 25, 2 (1994), 187-202.
- HECKHAUSEN, H.: Eine Rahmentheorie der Motivation in zehn Thesen. In: *Zeitschrift für Experimentelle und Angewandte Psychologie*, 10 (1963), 604-626.
- HECKHAUSEN, H.: Motivation: Kognitionspsychologische Aufspaltung eines summarischen Konstrukts. In: *Psychologische Rundschau*, 28 (1977), 175-189.
- HECKHAUSEN, H.: *Motivation und Handeln* (2. Auflage). Berlin 1989.

- KIMMERLE, R.: Jogging - zur Entstehung und Entwicklung einer kollektiven Bewegung im Sport. Sportwissenschaft 17, 2 (1987), 121-150.
- KOSTRUBALA, T.: The joy of running. Pocket Books, New-York 1976.
- MASTERS, K.S. & OGLES, B.M.: An investigation of the different motivations of marathon runners with varying degrees of experience. Journal of Sport Behavior 18, 1 (1995), 69-79.
- MORRIS, M./STEINBERG, H./SYKES, E.A./SALMON, P.: Effects of temporary withdrawal from regular running. Journal of Psychosomatic Reserach 34, 5 (1990), 493-500.
- OGLES, B./ MASTERS, K.: The development of an instrument to measure motivation for marathon running: The Motivations of Marathoners Scale (MOMS). Reserach Quarterly for Exercise and Sport, 64, 2 (1993), 134-143.
- OGLES, B.M./LYNN,S.J./MASTERS,K.S./HOEFFEL, T.D.: Runners cognitive strategies and motivation: absorption, family style and dissociative experiences. Imagination, Cognition and Personality 13, 2 (1994), 163-174.
- OGLES, B.M./MATERS, K.S./ RICHARDSON, S.A.: Obligatory running and gender: an analysis of partipative motives and training habits. International Journal of Sport Psychology 26, 2 (1995), 233-248.
- RÜMMELE, E.: Sportkarrieren von Marathonläufern - eine psychologische Studie. Sportwissenschaft, 17, 2 (1987), 184-200.
- SACHS, M.L./BUFFONE, G.W.: Running as therapy. University of Nebraska Press 1984
- SACHS, M.L./SACKS, M.: Psychology of running. Champaign 1981
- SCANLAN,T.K./CARPENTER, P.J./ SCHMIDT, G.W./SIMONS, J.P. & KEELER, B.: An introduction to the Sport Commitment Model. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15, (1993), 1-15.
- SCHLESKE, W.: Meditative Erfahrungen durch entspanntes Langlaufen - ihre Entstehung und Bedeutung in einer sich wandelnden Gesellschaft. Sportwissenschaft, 17, 2 (1987), 151-170.

- SCHRODE, M./ HARBIG, W./ HEITKAMP, H.CH./ WURSTER, K.G.: Veränderung psychologischer Parameter beim Marathonlauf. *Sportwissenschaft*, 16, 3, (1986), 303-315.
- SONNTAG, W.: "Irgendwann mußt Du mal nach Biel...". Düsseldorf 1990
- STOLL, O.: Streßbewältigung im Langstreckenlauf. Bonn 1995.
- STOLL, O.: Zur Reliabilität und Validität einer deutschen Version der Motivation of Marathon Runners Scale (MOMS). Unveröffentlichter Forschungsbericht, Universität Leipzig 1998.
- STOLL, O./ROLLE, J.: Persönlichkeitsprofile und habituelle Streßbewältigung bei Ultralangstrecken-Läufern. In: *Sportwissenschaft* 27 (2), 161-172.
- STOLL, O./OGLES, B.: Warum Marathonläufer laufen. *Spridon* 23, 1 (1997), 22-24.
- SZABO, A./FRENKL, R. & CAPUTO, A.: Relationship Between Addiction to Running, Commitment to Running, and Deprivation from Running: A Study on the Internet. *European Yearbook of Sport Psychology*, Vol. 1 (1997), 130-147.
- TEIPEL, D./HEINEMANN, D.: Ausgewählte Aspekte der Motivation zum Langstreckenlauf. In ILG, H. (Hrsg.): *Gesundheitsförderung - Konzepte, Erfahrungen, Ergebnisse aus sportpsychologischer und sportpädagogischer Sicht*. Köln 1997, 297-301.
- THORNTON, E.W./SCOTT, S.E.: Motivation in the comitted runner: Correlations between self-report scales and behavior. *Health Promotion International* 10, 3 (1995), 177-184.
- VITULLI, W.F./DEPACE, A.N.: Manifest reasons for jogging and for not jogging. *Perceptual & Motor Skills* 75, 1 (1992), 111-114.

## **Zusammenfassung**

In der vorliegenden Studie wird der Frage nachgegangen, inwieweit überdauernde Teilnahmemotive von Marathon- und Ultramarathonläufern stabil bleiben bzw. sich über die Zeit hinweg verändern. Eine weitere Fragestellung untersuchte sportartspezifische Unterschiede in den Teilnahmemotiven von Marathon und Ultramarathonläufern, die unter Umständen aufgrund unterschiedlicher Anforderungsprofile dieser beiden Laufdisziplinen vorhanden sein können. Als Untersuchungsbasis dienten zwei Stichproben. Stichprobe 1 besteht aus 209 männlichen Marathonläufern (Midwestern-Marathon, 1992); Stichprobe 2 aus insgesamt 283 männlichen Ultramarathonläufern (100 KM-Lauf von Biel, 1997). (Alters)Kohorten- und stichprobenspezifische Unterschiede wurden mittels MANOVA analysiert. Zusammenfassend konnte festgestellt werden, daß sowohl Sinngewinnungs- als auch Allgemeine Gesundheitsmotive über das Alter zunehmen. Darüber hinaus unterscheiden sich Marathon- von Ultramarathonläufern in ihrer Teilnahmemotivation dahingehend, das Ultramarathonläufer eher durch Sinngewinnungs-, soziale- und Gewichtsregulationsmotive motiviert werden. Marathonläufer hingegen zeigen höhere Werte in den Motiven der Anerkennung und der Allgemeinen Gesundheitsorientierung.

## **Summary**

The purpose of this study was the question if habitual motives are strong and stable or if they change over lifetime in marathon- and ultramarathon runners. Furthermore, we investigated the hypothesis that marathoners differ from ultramarathoners in their participation motivation, because of different sport specific performance profiles. The data base consists of two different samples. Sample 1 are participants of the 1992 Columbus-Marathon, sample 2 are runners of the 1997 100km-race of Bienne/Switzerland. Statistical analysis (MANOVA) was performed. In summary, we could find that participation motives like life-meaning and health-orientation increases over time. Furthermore the data shows differences between marathoners and ultramarathoners in that way that marathoners show higher values in general health orientation and recognition while ultramarathoners are higher in social-, weight concern-, psychological health orientation- and life meaning motives.